

JICF 認定 実地講習会(バランス系)

下記の通りセーフティーライド研修(実地)を開催いたしますのでご参加ください。

記

1. 日 時 **2026年4月3日(金)**
実地研修：16:30～19:00 ※雨天決行
2. 場 所 青森県八戸自転車競技場
【スケジュール】
16:00～受付(事務所) 16:30 研修会開始 19:00 終了
3. 講 師 八戸学院大学自転車競技部 監督 三浦康嵩(日本スポーツ協会 公認コーチ3)
4. 対象者 本連盟加盟校登録選手・登録予定選手・高校生
5. 参加料 **1000円/人**(当日受付で徴収します。お釣の要らぬようご準備ください。)
6. 申込フォーム
<https://forms.gle/mHQ9f2bZA3GWA2dX8> ※ **申込締切 3月27日(金) 17:00**

7.研修内容

実地講習：

- ① スラローム走行
- ② 超低速バランス走行
- ③ 片手放し・両手放し走行練習
- ④ 一本橋
- ⑤ バイクコントロールゲーム
- ⑥ 障害物乗り越え&止まる練習(応用)
- ⑦ 単独でコーナリング
- ⑧ 集団でコーナリング

当日連絡先 八戸学院大学自転車競技部 hachinohe.hgu.cycle@gmail.com

以 上